

26/01/09 (金)
1 麦ごはん 10g 減
2 牛乳
3 ぶりの照り焼き
4 黒豆
5 紅白なます
6 雑煮

26/01/13 (火)
1 鶏そぼろごはん
2 牛乳
3 なばなのごま和え
4 さつまいものみそ汁

26/01/14 (水)
1 黒糖パン
2 牛乳
3 鯖のハーブグリル
4 ベーコンポテト
5 白菜スープ

26/01/15 (木)
1 白ごはん
2 牛乳
3 マーボー豆腐
4 中華和え

26/01/16 (金)
1 伊賀牛炒飯
2 牛乳
3 大豆のかりんとう
4 卵スープ
いがスマイル給食◎

No	食品名
1	米 大麦
2	飲用牛乳
3	ぶり (大分県) こいくちしょうゆ 酒 みりん
4	黒大豆 さとう 天塩
5	金時にんじん だいこん 天塩 米酢 さとう ごま
6	だし用かつお節 にんじん はくさい さといも 煮込みもち 木綿豆腐 天塩 こいくちしょうゆ ねぎ

No	食品名
1	米 大麦
2	サラダ油 おたふく生姜 鶏ひき肉 酒 にんじん たけのこ水煮 こいくちしょうゆ みりん さとう
2	飲用牛乳
3	なばな はくさい うすくちしょうゆ ごま
4	だし用かつお節 にんじん 玉ねぎ さつまいも 白みそ 赤みそ ねぎ

No	食品名
1	黒糖パン
2	飲用牛乳
3	鯖 (ニュージーランド) しお 黒こしょう 白ワイン 粒入りマスター パン粉 サラダ油 なたね油 バジリコ パセリ
4	サラダ油 ベーコン 玉ねぎ じゃがいも しお 白こしょう
5	サラダ油 鶏もも小切り肉 酒 ペイリーフ だし用かつお節 にんじん 玉ねぎ 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ はくさい

No	食品名
1	米
2	飲用牛乳
3	ラード にんにく おたふく生姜 豚ももせん切り肉 酒 こいくちしょうゆ だし用かつお節 赤みそ 木綿豆腐 でん粉 ねぎ 一味唐辛子 ごま油
4	みずな にんじん キャベツ こいくちしょうゆ 米酢 さとう ごま油 ごま

No	食品名
1	米 大麦
2	サラダ油 にんにく 牛小間切れ肉 酒 天塩 白こしょう こいくちしょうゆ にんじん 玉ねぎ みりん にら ごま油
2	飲用牛乳
3	てんぷら油 でん粉 大豆 黒砂糖
4	サラダ油 豚ももせん切り肉 酒 ペイリーフ だし用かつお節 にんじん 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ はくさい でん粉 鶏卵 ねぎ ごま油

26/01/19 (月)
1 白ごはん 20g 減
2 牛乳
3 焼きうどん
4 わかめの酢の物
5 しそとごまのふりかけ

26/01/20 (火)
1 麦ごはん
2 牛乳
3 ししゃもフライ
4 ソース
5 ほうれん草のおかか和え
6 ひじきの炒り煮

26/01/21 (水)
1 ツナサラドッグ
2 牛乳
3 冬野菜のポトフ
4 ぽんかん

26/01/22 (木)
1 白ごはん
2 牛乳
3 豚肉のかりん揚げ
4 チンゲンサイのいそべ和え
5 こんにゃくの炒め物

26/01/23 (金)
1 麦ごはん
2 牛乳
3 鮭の塩焼き
4 白菜とたくあんの浅漬け
5 すいとん

No	食品名
1	米
2	飲用牛乳
3	サラダ油 キャベツ しお 豚もも小切り肉 酒 おたふく生姜 にんじん 玉ねぎ 天塩 白こしょう こいくちしょうゆ みりん かつお節削り うどん
4	きゅうり わかめ サラダこんにゃく 天塩 さとう うすくちしょうゆ 米酢
5	しそ粉 ごま

No	食品名
1	米 大麦
2	飲用牛乳
3	ししゃも (ノルウェー) 酒 小麦粉 でん粉 サラダ油 パン粉 てんぷら油
4	中濃ソース
5	ほうれん草 もやし うすくちしょうゆ かつお節削り

No	食品名
1	コッペパン キャベツ きゅうり 玉ねぎ まぐろオイル漬 サラダビネガー さとう 天塩 白こしょう マヨドレ
2	飲用牛乳
3	サラダ油 セロリー ベーコン にんじん 玉ねぎ ペイリーフ だし用かつお節 じゃがいも かぶ うすくちしょうゆ 天塩 白こしょう ブロッコリー
4	ぽんかん

No	食品名
1	米
2	飲用牛乳
3	豚ヒレ赤肉角切り 酒 こいくちしょうゆ おたふく生姜 でん粉 てんぷら油 さとう ごま
4	チンゲン菜 キャベツ うすくちしょうゆ 角きざみのり
5	サラダ油 おたふく生姜 鶏ももあられ切り 酒 にんじん たけのこ水煮 つきこんにゃく こいくちしょうゆ さとう ごま

No	食品名
1	米 大麦
2	飲用牛乳
3	鮭 (宮城県) 酒 しお
4	はくさい にんじん 刻みたくあん うすくちしょうゆ
5	だし用かつお節 にんじん だいこん 油あげ すいとん 白みそ ねぎ

26/01/26 (月)
1 白ごはん
2 牛乳
3 いかのから揚げ
4 添え野菜
5 レモンソース
6 じゃがいものうま煮

26/01/27 (火)
1 麦ごはん
2 牛乳
3 厚揚げのあまみそ炒め
4 もやしとツナのあえもの

26/01/28 (水)
1 ミルクパン
2 牛乳
3 かぶのクリームシチュー
4 ブロッコリーサラダ

26/01/29 (木)
1 伊賀肉ごぼうごはん
2 牛乳
3 小松菜のみそ汁
4 でっちようかん いがスマイル給食☺

26/01/30 (金)
1 麦ごはん
2 牛乳
3 津ぎょうざ
4 中華野菜スープ
5 つぼ漬 いがスマイル給食☺

No	食品名
1	米
2	飲用牛乳
3	いか (青森県) しお 酒 でん粉 てんぶら油
4	キャベツ
5	さとう 酒 こいくちしょうゆ マイヤーレモン
6	サラダ油 牛小間切れ肉 酒 軸なし干ししいたけ にんじん 玉ねぎ だし用かつお節 じゃがいも 板こんにゃく こいくちしょうゆ さとう

No	食品名
1	米 大麦
2	飲用牛乳
3	サラダ油 おたふく生姜 鶏もも小切り肉 酒 にんじん 玉ねぎ 板こんにゃく うすくちしょうゆ みりん さとう 赤みそ 生揚げ 一味唐辛子 ごま油
4	キャベツ にんじん もやし まぐろオイル漬 さとう うすくちしょうゆ 米酢 ごま油

No	食品名
1	ミルクパン
2	飲用牛乳
3	サラダ油 鶏もも小切り肉 白ワイン セロリー 玉ねぎ にんじん じゃがいも かぶ 天塩 白こしょう ベイリーフ だし用かつお節 ホールコーン バター 小麦粉 牛乳 生クリーム パセリ
4	ブロッコリー キャベツ サラダビネガー さとう 天塩 白こしょう サラダ油

No	食品名
1	米 サラダ油 おたふく生姜 牛小間切れ肉 酒 軸なし干ししいたけ ごぼう にんじん さとう みりん こいくちしょうゆ ごま
2	飲用牛乳
3	だし用かつお節 にんじん 玉ねぎ 油あげ こまつな 赤みそ
4	粉寒天 こしあん 天塩

No	食品名
1	米 大麦
2	飲用牛乳
3	豚ミンチ にんにく おたふく生姜 天塩 白こしょう こいくちしょうゆ ごま油 にら 玉ねぎ ぎょうざの皮 てんぶら油
4	サラダ油 おたふく生姜 鶏もも小切り肉 酒 ベイリーフ だし用かつお節 にんじん 玉ねぎ 天塩 白こしょう こいくちしょうゆ チングエン菜 でん粉 ごま油
5	つぼ漬